

## NATUR & GESUNDHEITS-CODEX

### VERANTWORTUNG

**§1 Ich übernehme die volle Verantwortung für alle Pflanzen, die ich selbst sample, und nehme mir die nötige Zeit, um jede Entscheidung sorgfältig zu treffen. Für etwaige Nachteile, die aus dem praktischen Gebrauch der enthaltenen Angaben (u.a. Trainingseinheiten, Mengen und Zutaten) entstehen, trage ich die volle Verantwortung. Ich verpflichte mich, alle Empfehlungen und Übungen nur im Rahmen meiner persönlichen Möglichkeiten und gesundheitlichen Voraussetzungen umzusetzen.**

§2 Alle bereitgestellten Informationen, Trainingsempfehlungen, Rezepte und Hausmittel wurden von Mitgliedern des Vereins Tradivita sorgfältig recherchiert. Sie beruhen auf einem umfassenden Wissensschatz aus traditioneller europäischer Medizin, Volksheilkunde und wissenschaftlichen Erkenntnissen. Dennoch stellen sie weder eine rechtlich bindende Informationsquelle noch eine Haftungsübernahme dar. Der Verein Tradivita und seine Mitglieder übernehmen keine Gewähr für die Vollständigkeit oder Richtigkeit der Inhalte.

### VERANTWORTUNGSVOLLE SAMMELN

§3 Ich sample und verwende Pflanzen nur dann, wenn ich sie eindeutig und sicher anhand mehrerer Merkmale bestimmt habe – ohne Ausnahme. Wenn ich mir unsicher bin, lasse ich die Pflanze stehen – ich bestimme sie nicht erst im Nachhinein. Besonders im Frühling, wenn viele Pflanzen ähnlich aussehen, ist größte Vorsicht geboten. Ich gehe daher mit viel Achtsamkeit und Verantwortung ans Sammeln heran.

§4 Ich achte darauf, dass Pflanzen, Bäume und ihre Früchte meist im Eigentum von jemandem stehen. Bevor ich auf einem Privatgrundstück sample, hole ich das Einverständnis der Eigentümerin oder des Eigentümers ein.

§5 Ich informiere mich im Vorfeld bei den zuständigen Naturschutzbehörden, Gemeinden oder Magistraten über regionale Artenschutzbestimmungen. Geschützte Pflanzen lasse ich grundsätzlich unangetastet.

§6 Mir ist bewusst, dass das Sammeln kleiner Mengen an öffentlichen Orten erlaubt ist – allerdings nur für den eigenen Verzehr. Die Menge orientiert sich an der sogenannten Handstrauß-Regel: Was zwischen Daumen und Zeigefinger passt (ein mit den Fingern gebildetes „O“), darf gesammelt werden.

## NATUR & GESUNDHEITS-CODEX

### VERANTWORTUNGSVOLLES VERARBEITEN UND VERWENDEN

§7 Ich verwende ausschließlich Pflanzenteile, die ich eindeutig erkennen und bestimmen kann. Bei Unsicherheiten lasse ich sie weg. Das gilt auch für weiterverarbeitete Produkte wie Ölauszüge, Tinkturen, Soleauszüge, ätherische Öle und naturkosmetische Bestandteile wie Fette, Öle, Emulgatoren oder Bienenwachs.

§8 Mir ist klar, dass nicht jede Pflanze für jede Person geeignet ist. Alles, was wirkt, kann auch Nebenwirkungen haben – auch natürliche Inhaltsstoffe.

§9 Ich weiß, dass Pflanzenbestandteile und andere natürliche Zutaten – wie Pflanzenöle, ätherische Öle, Bienenwachs und Lebensmittel – Unverträglichkeiten, Allergien oder andere unerwünschte Reaktionen auslösen können.

§10 Ich bin mir bewusst, dass die vorgestellten Anwendungen und Rezepturen niemals den Besuch bei einer Ärztin oder einem Arzt ersetzen, wenn gesundheitliche Beschwerden bestehen. Besonders bei Babys, Kleinkindern, Kindern, Schwangeren oder Menschen mit ernsthaften Erkrankungen nutze ich die Inhalte nur nach ärztlicher Rücksprache oder unter ärztlicher Begleitung.

§11 Ich stelle grundsätzlich nur kleine Mengen her – insbesondere beim ersten Mal.

§12 Ich weiß, dass die im Kurs vorgestellten Rezepte und Produkte ausschließlich für den persönlichen Gebrauch gedacht sind. Der Kurs ist nicht als Anleitung zur gewerblichen Herstellung oder Weitergabe (z. B. Verkauf oder Verschenken) von Naturkosmetik zu verstehen. Mir ist bewusst, dass für die gewerbliche Weitergabe oder den Verkauf selbst hergestellter Naturkosmetik je nach Region unterschiedliche gesetzliche Regelungen gelten. Ich informiere mich eigenverantwortlich bei den zuständigen Stellen (z. B. Wirtschaftskammer) über die geltenden Bestimmungen. Der Verein Tradivita übernimmt hierfür keine Haftung oder Verantwortung.

**Mit meiner Teilnahme an einem Angebot des Vereins Tradivita/Impulsbox Aktivwerkstatt bestätige ich, diesen Codex eigenverantwortlich und gewissenhaft zu beachten.**